

武蔵野大学学術機関リポジトリ Musashino University Academic Institutional Repository

社交不安傾向と社会的スキルが対人交流場面での自己評価、他者評価に及ぼす影響

著者	橋 さとみ, 清水 健司
雑誌名	武蔵野大学心理臨床センター紀要
号	19
ページ	13-24
発行年	2019-12-01
URL	http://id.nii.ac.jp/1419/00001177/

■ 原著

社交不安傾向と社会的スキルが対人交流場面での 自己評価、他者評価に及ぼす影響

高橋さとみ¹⁾、清水健司²⁾

1) 武蔵野大学大学院人間社会研究科

2) 広島国際大学心理学部心理学科

抄録

本研究では、社交不安と社会的スキルが、対人交流場面での振る舞い方に対する自己評価、他者評価に与える影響について検討した。その結果、社交不安傾向が低く、社会的スキルが高い者は、対人交流場面での自らの振る舞い方について肯定的な評価をしていることが明らかとなった。このことより、社交不安傾向の軽減とともに、社会的スキルを向上させることも症状の改善に有効であることが示唆された。また、第三者からの評価は、社交不安傾向や社会的スキルによって違いが見られなかったことから、社交不安者の自己に対する認知が歪んでいることも推察された。この結果は、ビデオフィードバックを用いた認知の改善が対人交流場面においても活用できることを示唆している。今後は、アイコンタクトや発言の回数などの対人交流中の行動についても測定し、対人交流場面での自己認知の歪みについてより詳細な検討を行う必要があると考える。

問題・目的

社交不安は、現実の、あるいは想像上の対人場面において、他者からの評価に直面したり、もしくはそれを予測したりすることから生じる不安状態のことである (Schlenker & Leary, 1982)。また、この不安が日常生活に支障をきたす状態になると社交不安障害と診断され、職業上・社会生活上の負担が引き起こされると指摘されている (Katzelnick & Greist, 2001)。

社交不安症状の維持・増悪に関与する要因について、Clark & Wells (1995) や Rapee & Heimberg (1997) は、社会的状況に関する否定的認知に着目している。Clark & Wells (1995) は、社交不安障害を持つ人の中には、他者に対してよい印象を与えようとするが、社会的場面における振る舞い方や自分自身に関する否定的な信念を持つために、社交不安症状を呈するもの者がいることを指摘している。

こうした認知の改善を目的とした治療法の中に、自身のパフォーマンス場面を録画したビデオを本人に見せる方法であるビデオフィードバック (Clark & Wells, 1995) が用いられることがある。社交不安障害患者や高社交不安者は「自己評価の歪み」と呼ばれる、パフォーマンスの自己評価と他者評価に開きが生じることが報告されており (Rapee & Lim, 1992 など)、ビデオを通して自己のパフォーマンスを見ることで客観的な視点を獲得し、自己評価の歪みの改善や、主観的不安感が軽減することが示されている (Rodebaugh & Chambless, 2002 など)。

しかし、ビデオフィードバックは社交不安障害を持つすべての人に大きな効果があるわけではないという指摘がある (Rodebaugh, 2004)。ビデオフィードバックはパフォーマンス場面に対する社交不安状態の改善に用いられることが多いが、社交不安にはサブタイプがあると指摘されており (金井・佐々木・岩永・生和, 2010)、パフォーマンス場面で不安を感じにくい社交不安者もいることが予想される。こういった社交不安者にとっては、パフォーマンス場面で用いたビデオフィードバックを行っても、社交不安の改善に十分な効果を得ることは難しいと考えられる。また、金井ら (2010) は、サブタイプによって生理的反応に対する認知的評価に特徴的な差が見られることも示し、この結果からサブタイプに応じた介入方法が検討されるべきであるとの見解を示している。ビデオフィードバックをパフォーマンス場面だけでなく対人交流場面でも用いることによって、サブタイプに応じた介入法が提唱できるだけでなく、ビデオフィードバックの活用に幅を持たせることができると考える。このことより、ビデオフィードバックがパフォーマンス場面だけでなく、対人交流場面においても、不安の軽減や自己評価の歪みの改善に効果を与えるかどうか検討する必要があると考える。

また、社交不安には、場面による不安感情の生起の差など個人差が認められ、このような個人差を作り出す要因として社会的スキルが挙げられている (菅原, 1996)。社会的スキルと社交不安の関連については、社交不安障害患者が社会的な場面において適切な行動をとるための社会的スキルを欠いているために社交不安症状が発生すると考える社会的スキル欠損仮説 (Trower, Yardley, Bryant, & Shaw, 1978) が挙げられるが、これに反する結果も多く認められている。例えば、山下 (2014) や笹川・金井・陳・坂野 (2012) は、社会的スキルと社交不安の否定的評価懸念の間に有意な相関が認められなかったと示している。このことから、社交不安、とりわけ他者からの否定的評価への恐れを呈する者の中には、社会的スキルが高い者と低い者が混在していることが考えられる。また、社会的スキルは、対人関係を円滑にするための学習可能な適応能力のことであるため (大坊, 1998)、対人交流場面での振る舞い方について、自らの社会的スキルについての認知が影響を及ぼすと考えられる。そのため、対人交流場面における社交不安については、社会的スキルの影響を踏まえて検討する必要があると考える。

以上のことより、本研究では社交不安症状の維持・増悪の要因の一つである否定的認知が、対人交流場面での行動とその行動に対する評価に影響を及ぼすかを検討することを目的とする。その際、社交不安の個人差を生じさせる要因の一つである社会的スキルとの関係も検討することで否定的認知、社会的スキルの双方が対人交流場面に及ぼす影響を検討する。さらに、対人交流場面を他者から評定されることで、対人交流場面での社交不安者自身の振る舞いに対する評価と他者からの評価の差についても検討を行う。また、結果を踏まえ、今までパフォーマンス場面での社交不安症状の改善に用いられてきたビデオフィードバックが、対人交流場面での社交不安症状の改善にも効果を示すことができるかどうかを検討する。本研究の仮説は次のとおりである。

仮説1：対人交流場面での自己の振る舞いに対する評価は、社交不安傾向が低いほど、また、社会的スキルが高いほどに肯定的となる。

仮説2：対人交流場面での自己の振る舞いに対する他者からの評価は、社交不安傾向や社会的スキルの高さによって差が生じることはない。

仮説3：自己評価と他者評価の差（認知の歪み）は、社交不安傾向が高いほど、また、社会的スキルが低いほどに大きくなる。

方法

スクリーニング調査

大学での講義終了後の時間に受講生に質問紙を配布し、調査の趣旨に関する説明を行ったうえで、同意の得られた者を対象に実施した。なお、質問紙への回答をもって、本研究参加への同意を得たとみなした。

調査対象者 A大学の学生156名（男性59名、女性95名、無記入2名：平均年齢19.81歳、SD = 1.19）

調査時期 2017年9月下旬～11月上旬

調査材料

社交不安：Short Fear of Negative Evaluation scale（以下、SFNE；笹川・金井・村中・鈴木・嶋田・坂野, 2004）

社交不安障害の認知的側面である、他者からの否定的評価に対する不安について測定するため、全12項目のうち、因子負荷量が高い5項目を用いて、“1. 全くあてはまらない”から“5. 非常にあてはまる”の5件法で回答を求めた。

社会的スキル：成人用ソーシャルスキル自己評価尺度（相川・藤田, 2005）

7つの下位尺度のうち、「記号化」「解説」「感情統制」の3下位尺度を用いた。各因子に高い負荷量を示した3項目ずつ、計9項目を、“1. ほとんどあてはまらない”から“4. かなりあてはまる”の4件法で回答を求めた。

本実験

予備調査とともに実験参加者を募集した。なお、本実験は日常的な対人交流場面での振る舞いを測定対象としたため、過度の不安や緊張を喚起させないよう、社交不安研究であるという目的は伏せ、「ゲーム課題の遂行プロセスの研究」という本来とは異なる名目で参加者を募った。

調査対象者 参加への許諾が得られた大学生27名（男性11名、女性16名：平均年齢19.93歳、SD=1.33）

調査時期 2017年10月中旬～11月中旬

実験手続き

実験は3人チーム（参加者1名、サクラ2名）で行った。サクラは、社会心理学を専攻している大学4年生の女性2名が担当した。サクラは参加者の社交不安、社会的スキルの程度について知らされていなかった。サクラには、グループ課題中の行動について、無理をして参加者を演じることで不自然にならないように、初対面の人には、あなたが普段初対面の人と会ったときにす

る振る舞いを、知り合いには、普段知り合いと会話するときにする振る舞いを行うよう教示した。また、参加者がサクラに挟まれる位置に座るよう誘導するため、サクラ 1 には予め実験室に入室しているよう、サクラ 2 には必ず最後に実験室へ入室するように教示した (Figure 1)。

実験開始前に、実験の目的と内容について、ゲーム課題の遂行プロセスについての説明であり、これから 3 人で 30 分程度のゲーム課題を行ってもらおうというカバーストーリーを用いて説明を行った。その際、ゲーム課題遂行中の様子をビデオカメラで撮影すること、その映像を後日第三者に見てもらうことも説明した。これらのことについて同意が得られたうえで実験を開始した。また、同意が得られた後に、参加者とサクラ 2 名がビデオカメラのフレームに見切れずに映るよう、カメラを準備した。

グループ課題はマシュマロチャレンジを行った。マシュマロチャレンジとは、乾燥パスタ 20 本 (1.7mm)、マスキングテープ 90cm、ひも 90cm、マシュマロ 1 つを用いて、制限時間 18 分で、できるだけ高い自立式のタワーをたて、そのタワーの最上部にマシュマロを置く、もしくはマシュマロを刺すというゲームである (Wujec, 2010)。本実験では対人交流場面での参加者の様子を評価対象としたため、対人交流を意図したグループ課題としてタワー作成を行った。また、本来は 4 人 1 チームで行うが、今回の実験では 3 人 1 チームで行った。タワー作成については、スライドを用いてルール説明を行い、課題終了後に作成してもらったタワーの高さを測定するということも併せて教示した。各試行間でのゲーム遂行過程を統制するため、ゲーム課題中はルールについての補足を一切行わないことをあらかじめ教示し、ゲーム課題中にルールを確認できるよう、スライドは提示したままの状態にした。このグループ課題中の 3 名の行動をビデオカメラで撮影し、記録した。撮影はゲーム課題開始と同時に始めた。参加者が残り時間を確認できるよう、18 分にセットしたタイマーを設置し、さらに、開始から 5 分経過、10 分経過、残り時間 5 分、3 分、1 分を実験者が口頭で知らせた。

グループ課題終了後に参加者には課題中の自らの振る舞いや印象に対する評価を、サクラには、参加者の振る舞いやコミュニケーションのとり方、グループ課題中の印象について、参加者と同

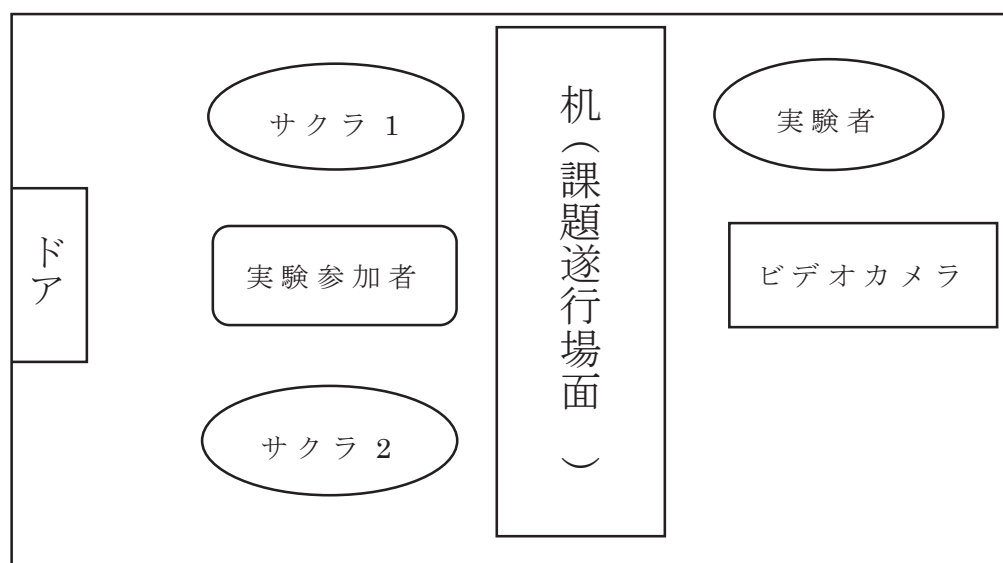


Figure 1 実験室での実験者や実験参加者等の配置の様子

じ質問紙を用いて評価を行ってもらった。実験参加者、サクラとも評価は他の人に見えないよう、個別に行ってもらった。

最後に、今回の実験の本来の目的や、本来とは異なる名目で実験参加を募ったこと、実験参加者以外の2名は実験者があらかじめ参加協力を依頼したサクラであることを説明し、実験に関する質問を受け付ける等デブリーフィングを行った。その際、「今回作ったタワーの高さは他の参加者と比べて高いかどうか」、「今までで一番高いタワーの高さは何 cm だったか」等の質問に対応をした。質問に対応した後、参加者の納得が得られたうえで実験を終了した。なお、納得が得られなかった参加者や、心身の不調を訴えた参加者はいなかった。

後日に、撮影した映像を用い、参加者の対人交流場面における振る舞いやコミュニケーションのとり方、グループ課題中の参加者の印象について、社会心理学を専攻している大学生が他者評定を行った。評定者は、大学4年生の4名であり、サクラとは別の者であった。評定者は、参加者の社交不安や社会的スキルの程度について全く知らされていなかった。他者評定者はパソコンの画面が見える位置に座り、映像の中心に映っている人物の振る舞い方や印象について評定を行った。映像はグループ課題の制限時間18分のうち、開始から半分が経過した9分を境に前半、後半に分け、特に会話が行われていた場面を中心に前半の中から2分、後半の中から2分をタイムサンプリングした4分間を用いた。評定には実験参加者の自己評定やサクラによる他者評定と同じ質問紙を用いた。

測定指標

日本語版 Speech Perception Questionnaire (以下、SPQ; 城月・笹川・野村, 2010)

SPQ はスピーチ場面における行動面、スピーチ全体の印象に対しての自己評定と他者評定を測定する尺度である。本研究では、グループ課題中の実験参加者のコミュニケーションのとり方、振る舞い方について自己評定、他者評定を行うため、SPQ の中より、対人場面においても該当する計6項目「どもった」「そわそわした」「顔が引きつった」「自信があるように見えた」「全体的にうまくしゃべった」「良い印象を与えた」を用いた。これらの項目について、自己評定、他者評定ともに適するよう文章を一部改変したものを用いて“0. 全くあてはまらない”から“4. 大変あてはまる”の5件法で回答を求めた。なお、確認的因子分析の結果、城月他 (2010) と同様の2因子構造が認められ、適合度も当てはまりがよく ($\chi^2(8)=21.29(p<.01)$ 、CFI=.97、GFI=.97、RMSEA=.09 など)、信頼性係数も比較的高い数値が見られたことから (第1因子 $\alpha = .83$ 、第2因子 $\alpha = .75$)、本研究では、対人交流場面での振る舞い方の自己評定、他者評定尺度として用いることとした。

特性形容詞対尺度 (林, 1978)

グループ課題中の実験参加者の行動についての印象を測定するために、特性形容詞対尺度のうち、「責任感のある－責任感のない」「慎重な－軽率な」「積極的な－消極的な」「社交的な－非社交的な」の計4項目を用いて1～7のSD法で回答を行ってもらった。

実験参加者との面識の程度

実験参加者と他者評定者との面識の程度を統制するため、実験参加者には、他の実験参加者（サクラ）との面識の程度を、“1. いずれも知り合いではない”、“2：一人は知り合いである”、“3：二人とも知り合いである”の3件法で、サクラと他者評定者には、実験参加者との面識の程度を“1. 知り合いではない”、“2：知り合いである”の2件法で回答を求めた。

実験参加者は自己についての評定を、他者評定者は実験参加者の振る舞いや印象についての評定を行った。自己評定値、他者評定値の差を検討するため、自己評定、他者評定とも同じ測定項目を用いた。

分析方法

まず、スクリーニング調査で得られたSFNE得点、社会的スキル得点について記述統計量を算出し、その平均値によって参加者を社交不安高群／低群、社会的スキル高群／低群に分けた。その後、社交不安と社会的スキル各群を独立変数、実験で用いた測定指標を従属変数とした分散分析を行い、社交不安傾向と社会的スキルが社交不安者の対人交流場面での振る舞い方に及ぼす影響について検討を行った。また、録画した映像を用いての第三者による評定や、自己評定と他者評定の差を従属変数とした分析も行うことで、社交不安と社会的スキルが実際の振る舞いや認知の歪みに及ぼす影響についても検討を行った。なお、分析には統計分析ソフトHAD（ver. 16.101；清水，2016）を用いた。

倫理的配慮

本研究は、信州大学人文学部「人間を対象とする調査・実験に関する倫理委員会」による倫理審査を受け、承認された（申請番号：17012）。

結果

社交不安と社会的スキルが参加者の振る舞いに及ぼす影響について

自己評定項目について、社交不安傾向と社会的スキルが及ぼす影響について検討するため、社交不安（高群・低群）と社会的スキル（高群・低群）を独立変数とした2要因分散分析を行った（Table

Table 1 自己評定項目の平均値（標準偏差）及び分散分析結果

	社交不安低群		社交不安高群		F値		
	スキル低群(N=5)	スキル高群(N=2)	スキル低群(N=12)	スキル高群(N=8)	社交不安	社会的スキル	社交不安×社会的スキル
どもった	1.20 (0.28)	0.00 (0.44)	0.75 (0.18)	1.00 (0.22)	0.85 <i>n.s.</i>	2.53 <i>n.s.</i>	5.88 *
自信のある	3.40 (0.33)	2.00 (0.53)	2.83 (0.21)	2.63 (0.26)	0.01 <i>n.s.</i>	5.14 *	2.82 <i>n.s.</i>
顔が引きつった	1.00 (0.44)	0.00 (0.70)	1.33 (0.29)	0.63 (0.35)	1.03 <i>n.s.</i>	3.28 +	0.10 <i>n.s.</i>
全体的にうまく立ち回った	2.80 (0.43)	1.00 (0.68)	2.33 (0.28)	2.25 (0.34)	0.74 <i>n.s.</i>	4.28 *	3.56 +
そわそわした	1.60 (0.54)	1.00 (0.86)	2.42 (0.35)	1.63 (0.43)	1.55 <i>n.s.</i>	1.44 <i>n.s.</i>	0.03 <i>n.s.</i>
良い印象だった	2.40 (0.38)	1.50 (0.60)	2.25 (0.25)	2.88 (0.30)	2.26 <i>n.s.</i>	0.11 <i>n.s.</i>	3.50 +
SPQ得点	12.40 (1.25)	5.50 (1.98)	11.92 (0.81)	11.00 (0.99)	3.53 +	8.57 **	5.02 *
責任感のある-責任感のない	4.38 (0.45)	2.43 (0.71)	3.31 (0.29)	3.81 (0.36)	0.10 <i>n.s.</i>	2.27 <i>n.s.</i>	6.52 *
慎重な-軽率な	3.59 (0.65)	3.47 (1.02)	3.41 (0.42)	4.40 (0.51)	0.29 <i>n.s.</i>	0.40 <i>n.s.</i>	0.65 <i>n.s.</i>
積極的な-消極的な	2.59 (0.42)	1.45 (0.67)	2.48 (0.27)	2.93 (0.33)	2.33 <i>n.s.</i>	0.60 <i>n.s.</i>	3.11 +
社交的な-非社交的な	3.39 (0.51)	2.93 (0.81)	2.89 (0.33)	2.81 (0.40)	0.32 <i>n.s.</i>	0.24 <i>n.s.</i>	0.11 <i>n.s.</i>

***p* < .01, **p* < .05, +*p* < .10

1)。なお、特性形容詞対尺度の「社交的な－非社交的な」項目において、「他の実験参加者（サクラ）との面識の程度」によって結果に差が生じたため（ $F(2, 24) = 6.36, p < .01$ ）、特性形容詞対尺度を従属変数とした分析は「他の実験参加者との面識の程度」を統制したうえでの共分散分析を行った。

その結果、SPQの「どもった」項目、SPQ得点に交互作用が認められた（ $F(1, 23) = 5.88, p < .05$; $F(1, 23) = 5.02, p < .05$ ）。Holm法による単純主効果検定の結果、社交不安低群において、社会的スキルの低い者が社会的スキルの高い者よりも「どもった」と評価しており（ $p < .05$ ）、自らの振る舞い全体についても低い評価をしていた（ $p < .01$ ）。

また、特性形容詞対尺度の「責任感のある－責任感のない」項目にも交互作用が認められ（ $F(1, 22) = 6.52, p < .05$ ）、Holm法による単純主効果検定の結果、社交不安低群において、社会的スキルの低い者が社会的スキルの高い者よりも、自らの振る舞いについて「責任感のない」と評定していた（ $p < .05$ ）。

社交不安と社会的スキルが他者評定に及ぼす影響について

他者評定項目について、社交不安傾向と社会的スキルが及ぼす影響について検討するため、社交不安（高群・低群）と社会的スキル（高群・低群）を独立変数とした2要因分散分析を行った（Table 2）。なお、本研究では第三者がビデオを見て評定した項目を他者評定項目として用いた。

その結果、SPQの「どもった」項目に交互作用が認められた（ $F(1, 23) = 4.94, p < .05$ ）。Holm法による単純主効果検定の結果、社会的スキル低群において、社交不安傾向の低い者が社交不安傾向の高い者よりも「どもった」と評定されていた（ $p < .01$ ）

Table 2 他者評定項目の平均値（標準偏差）及び分散分析結果

	社交不安低群				社交不安高群				F値		
	スキル低群(N=5)		スキル高群(N=2)		スキル低群(N=12)		スキル高群(N=8)		社交不安	社会的スキル	社交不安×社会的スキル
どもった	0.85	(0.18)	0.25	(0.28)	0.25	(0.12)	0.50	(0.14)	0.84 <i>n.s.</i>	0.84 <i>n.s.</i>	4.94 *
自信のある	3.10	(0.26)	2.63	(0.42)	2.88	(0.17)	2.94	(0.21)	0.02 <i>n.s.</i>	0.54 <i>n.s.</i>	0.91 <i>n.s.</i>
顔が引きつった	0.90	(0.21)	0.25	(0.33)	0.65	(0.13)	0.59	(0.16)	0.04 <i>n.s.</i>	2.50 <i>n.s.</i>	1.81 <i>n.s.</i>
全体的にうまく立ち回った	2.70	(0.25)	1.88	(0.40)	2.44	(0.16)	2.31	(0.20)	0.10 <i>n.s.</i>	3.07 +	1.67 <i>n.s.</i>
そわそわした	1.30	(0.25)	0.50	(0.40)	0.83	(0.16)	0.81	(0.20)	0.08 <i>n.s.</i>	2.37 <i>n.s.</i>	2.14 <i>n.s.</i>
良い印象だった	2.50	(0.26)	1.88	(0.41)	2.23	(0.17)	2.22	(0.21)	0.02 <i>n.s.</i>	1.32 <i>n.s.</i>	1.23 <i>n.s.</i>
SPQ得点	11.35	(1.10)	7.38	(1.74)	9.27	(0.71)	9.38	(0.87)	0.00 <i>n.s.</i>	2.74 <i>n.s.</i>	3.04 +
責任感のある－責任感のない	3.40	(0.23)	2.63	(0.36)	3.42	(0.15)	3.38	(0.18)	2.47 <i>n.s.</i>	2.80 <i>n.s.</i>	2.26 <i>n.s.</i>
慎重な－軽率な	3.25	(0.29)	3.50	(0.45)	3.40	(0.18)	3.28	(0.23)	0.01 <i>n.s.</i>	0.05 <i>n.s.</i>	0.36 <i>n.s.</i>
積極的な－消極的な	3.30	(0.44)	2.00	(0.69)	3.25	(0.28)	3.16	(0.35)	1.40 <i>n.s.</i>	2.22 <i>n.s.</i>	1.66 <i>n.s.</i>
社交的な－非社交的な	3.60	(0.39)	2.50	(0.62)	3.25	(0.25)	3.34	(0.31)	0.35 <i>n.s.</i>	1.46 <i>n.s.</i>	2.05 <i>n.s.</i>

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

社交不安と社会的スキルが認知の歪みに及ぼす影響について

最後に、参加者の自己評定と他者からの評定の差（参加者の認知の歪みの程度）と、認知の歪みに社交不安と社会的スキルが及ぼす影響について検討するため、認知の歪みを従属変数とした社交不安（高群・低群）×社会的スキル（高群・低群）の2要因分散分析を行った。なお、本研究では、自己評定得点から他者評定得点を引いた数値を算出し、その絶対値を認知の歪み得点（|自己評定得点－他者評定得点|）として用いることとした。

その結果、すべての項目で、有意な主効果、交互作用は認められなかった。

Table 3 認知の歪み得点の平均値（標準偏差）及び分散分析結果

	社交不安低群				社交不安高群				F値		
	スキル低群(N=5)		スキル高群(N=2)		スキル低群(N=12)		スキル高群(N=8)		社交不安	社会的スキル	社交不安×社会的スキル
どもった	0.85	(0.22)	0.25	(0.35)	0.54	(0.14)	0.69	(0.18)	0.07 <i>n.s.</i>	0.92 <i>n.s.</i>	2.49 <i>n.s.</i>
自信のある	0.70	(0.23)	0.88	(0.36)	0.50	(0.15)	0.56	(0.18)	1.10 <i>n.s.</i>	0.24 <i>n.s.</i>	0.05 <i>n.s.</i>
顔が引きつった	1.20	(0.33)	0.25	(0.53)	0.98	(0.21)	0.66	(0.26)	0.07 <i>n.s.</i>	3.22 +	0.78 <i>n.s.</i>
全体的にうまく立ち回った	1.00	(0.24)	0.88	(0.37)	0.65	(0.15)	0.94	(0.19)	0.33 <i>n.s.</i>	0.11 <i>n.s.</i>	0.68 <i>n.s.</i>
そわそわした	1.40	(0.36)	1.00	(0.57)	1.63	(0.23)	1.38	(0.29)	0.60 <i>n.s.</i>	0.71 <i>n.s.</i>	0.04 <i>n.s.</i>
良い印象だった	0.90	(0.32)	0.38	(0.51)	0.69	(0.21)	0.97	(0.26)	0.31 <i>n.s.</i>	0.12 <i>n.s.</i>	1.37 <i>n.s.</i>
SPQ得点	3.35	(0.66)	2.63	(1.05)	2.65	(0.43)	3.13	(0.52)	0.02 <i>n.s.</i>	0.03 <i>n.s.</i>	0.73 <i>n.s.</i>
責任感のある-責任感のない	1.30	(0.28)	0.63	(0.44)	1.08	(0.18)	0.88	(0.22)	0.00 <i>n.s.</i>	2.23 <i>n.s.</i>	0.62 <i>n.s.</i>
慎重な-軽率な	0.85	(0.45)	2.00	(0.71)	1.40	(0.29)	1.47	(0.35)	0.00 <i>n.s.</i>	1.65 <i>n.s.</i>	1.28 <i>n.s.</i>
積極的な-消極的な	1.10	(0.30)	0.50	(0.48)	0.92	(0.20)	1.22	(0.24)	0.69 <i>n.s.</i>	0.21 <i>n.s.</i>	1.95 <i>n.s.</i>
社交的な-非社交的な	1.10	(0.26)	1.50	(0.41)	0.50	(0.17)	1.22	(0.20)	2.58 <i>n.s.</i>	4.15 +	0.34 <i>n.s.</i>

** $p<.01$, * $p<.05$, + $p<.10$

考察

社交不安と社会的スキルが参加者の振る舞いに及ぼす影響について

参加者の自己評定について、社交不安と社会的スキルを独立変数とする分散分析を実施したところ、社交不安と社会的スキルの交互作用が有意であり、社交不安低群において、社会的スキルの高低でSPQの得点に差が見られた。このことから、社交不安傾向が低く、社会的スキルが高い者は対人交流場面での自己の振る舞い方を高く評価していることが示され、仮説1は支持された。

社会的スキルの自己評価法は、自分にどの程度の社会的スキルが身についているかの当人の認知を測定するものである（菊池・堀毛, 1994）。そのため、社会的スキルがある程度身につけているという認知をしている者は、対人交流場面での自己に対する評価も比較的高くなっていることが考えられる。また、社交不安が低い者は、自己に対する否定的認知のはたらきが弱く、他者からの評価についても懸念を抱かない傾向がある。このことより、社交不安が低く、社会的スキルの高い者は、周囲からの評価を気にしすぎることなく、自らのコミュニケーションスキルを活かしていると評価したと考えられる。

社交不安と社会的スキルが他者評定に及ぼす影響について

他者評定について、社交不安と社会的スキルを独立変数とする分散分析を実施したところ、社交不安と社会的スキルの交互作用が有意であり、社会的スキル低群において、社交不安の高低で「どもった」ように見えているかどうかの評定に差があることが分かった。一方で、他の項目では有意な主効果、交互作用ともに見られなかった。以上のことより、仮説2は一部支持された。

社会的スキルが低く社交不安が低い者が、第三者から「どもった」と評定されていたことについて、自らの社会的スキルを低いと認知している者が周囲からの評価も気にしすぎることなく対人交流を行った結果、その振る舞い方が他者から見ても社会的スキルの低さが表れているものとして捉えられたと考えられる。また、「どもった」項目や対人場面での振る舞い全体の得点については自己評定、他者評定ともにおおむね有意な違いが見られた。これについて、本実験ではサクラを含む参加者3名の話し合いによってタワー作成を進めてもらうことが、主な対人交流場面となったため、どもる、言葉が滑らかに出ていない様子は参加者自らも自覚しやすく、また、他者からもその様子が分かりやすいものとして評価されたと考えられる。振る舞い全体についても、話し合う場面での参加者の行動が自己評定、他者評定ともに評価の主な対象となったことが考え

られる。

「どもったかどうか」の項目以外では、主効果、交互作用ともに有意な差は認められなかった。この結果は、第三者がビデオを通して対人場面での振る舞いを見る際には、社交不安傾向や社会的スキルによって行動に差があるように見られていないということを表している。つまり、社交不安の高い者が考えているほどには他者から否定的な評価をされておらず、対人場面での振る舞い方も悪く見られていないということである。今回の結果では、映像に映る自分の振る舞い方は社交不安者が思うほど悪いわけではということが示された。そのため、映像を見て自己評価の歪みを改善するビデオフィードバックが、対人交流場面での自己評価の歪みの改善にも用いることができるということを示唆できるものであると考えられる。また、自己評定、他者評定ともに評価が高くない部分が見られたことを鑑みると、ビデオフィードバックを行う際には、実際の行動、スキル面が伴っているかどうかを確認し、認知の歪みの改善か、また、スキル面の向上も必要なのかを考慮に入れる必要があると考える。

社交不安と社会的スキルが認知の歪みに及ぼす影響について

認知の歪みについて、自己評定と他者評定における差については、有意な主効果、交互作用は認められなかった。このことより、仮説3は不支持となった。

本研究の結果では、自己評定と他者評定の間に有意な差は見られなかった。そのため、参加者の自らの振る舞いに対する評価と、第三者が見た際の評価には開きがなく、参加者の社交不安や社会的スキルの認知の程度に歪みが生じていなかったと考えられる。このことについて、実験場面の設定が影響を及ぼしていると考えられる。本研究では「ゲーム課題の遂行プロセスの研究」という名目のもとで実験を行ったため、実際の目的である対人交流場面における不安や否定的認知の喚起が弱かった可能性が考えられる。そのため、実験中の自らの振る舞い方について注意を向けることが少なく、自己評定が歪みにくかったことが考えられる。また、日常的な対人交流場面での振る舞いについて検討することを目的としたため、実験前に参加者の不安の喚起があまりなされていなかったことも考えられる。他者との交流が多くなる場面や、不安を喚起させる場面の設定、自らの振る舞い方について注意が向くような教示を行うことで、参加者の自己評価の歪みをより詳細に測定できると考えられる。今後さらなる検討が必要である。

結論と今後の展望

本研究では、社交不安と社会的スキルが対人場面での自己評定、他者評定に与える影響について検討した。その結果、社交不安が低く社会的スキルが高い者が、自らの振る舞いに対する自己評定が肯定的であり、他者評定も肯定的であった。さらに、社交不安傾向の高い者が対人場面での他者からの評定に否定的認知をはたらかせている一方で、実際の他者からの評定には社交不安

傾向や社会的スキルで差の見られないものもあった。つまり、行動そのものに違いは生じていないということである。このことより、ビデオフィードバックの対人交流場面における活用について示唆できると考えられる。

最後に、本研究の限界と今後の展望について述べる。まず、不安場面としての実験場面の設定についてである。本研究では、参加者に実験課題遂行中の様子をビデオカメラで撮影し、後日第三者に見てもらうことを教示してから実験に臨んでもらったが、他者から評価されることを予め伝えていなかった。そのため、参加者の対人交流場面に対する不安や、他者からの評価に対する恐れが十分に喚起されなかったことが考えられる。また、不安の喚起が十分でなかったことから、自己評定も歪みが生じにくく、自己評定と他者評定の間に差が見られなかったことも考えられる。今後は、不安を喚起する場面の設定についてさらなる考慮が必要である。

本研究では対人交流場面の自己評定、他者評定尺度として日本語版 SPQ（城月他, 2010）を抜粋、一部改変して用いたが、SPQ はスピーチ場面を想定した評定尺度であり、対人交流場面での評定の妥当性は検討できていない。このことから、尺度の信頼性、妥当性について吟味し、対人交流場面での評定について、さらなる検討が必要であると考ええる。また、今回の実験では、対人交流場面での振る舞い方についての自己評定と他者評定を測定指標としたが、行動面の評定は行っていない。アイコンタクトや発話回数などの行動面の指標についても検討を行う必要があると考ええる。今後、行動的側面からの検討を行うことで、社交不安者の対人交流場面での振る舞い方や認知的特徴についてより詳細な検討を行うことができると考えられる。

さらに、本研究は複数人での参加を依頼したため、参加協力を募るのが難しい実験デザインであった。複数人での参加となると参加者の実験参加に対する負担が増えてしまい、そのために実験への参加に結び付かなかったことが考えられる。参加者の実験参加のしやすさに配慮した、参加者が参加しやすい実験デザインを構築し、そのデザインでの実験によってより妥当性の高い結果を示す必要があると考ええる。

加えて、本研究は参加者を募りにくい実験デザインだったこともあり、全体のサンプルサイズが27名と小さくなっている。特に、社交不安低群は7名、うち、社会的スキルが高い者は2名と、4群間でもサンプルサイズが偏っている。社交不安や社会的スキルの主効果や交互作用が認められるものもあったが、その結果が妥当性のあるものとは言い難い。今後は追研究などによってサンプル数を増やし、各群のサンプル数を調整した検討を行うことで、より妥当性の高い結果を得ることが必要であると考ええる。

引用文献

相川充・藤田正美：成人用ソーシャルスキル自己評定尺度の構成. 東京学芸大学紀要 第1部門 教育科学 56; 87-93, 2005

- Clark, D. M., & Wells, A. : A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope & F. R. Schneier (Eds.). *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment*; 69-93, New York: Guilford Press. 1995
- 大坊郁夫：しぐさのコミュニケーション—人は親しみをどう伝えあうのか，サイエンス社，1998
- 林 文俊：対人認知構造の基本次元についての一考察. 名古屋大学教育学部紀要（教育心理学科） 25；233-247, 1978
- 金井嘉宏・佐々木晶子・岩永誠・生和秀敏：社交不安のサブタイプと生理的反応に対する認知の歪みの関係. 心理学研究 80（6）；520-526, 2010
- Katzelnick, D. J., & Greist, J. H. : Social anxiety disorder: An unrecognized problem in primary care. *Journal of Clinical Psychiatry* 62（1）；11-15, 2001
- 菊池章夫・堀毛一也（編）：社会的スキルの心理学—100のリストとその理論，川島書店，1994
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. : A cognitive behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy* 35（8）；741-756, 1997
- Rapee, R. M., & Lim, L. : Discrepancy between self- and observer ratings of performance in social phobics. *Journal of Abnormal Psychology* 101（4）；728-731, 1992
- Rodebaugh, T. L. : I might look OK, but I'm still doubtful, anxious, and avoidant: The mixed effects of enhanced video feedback on social anxiety symptoms. *Behaviour Research and Therapy* 42（12）；1435-1451, 2004
- Rodebaugh, T. L., & Chambless, D. L. : The effects of video feedback on self-perception of performance: A replication and extension. *Cognitive Therapy and Research* 26（5）；629-644, 2002
- 笹川智子・金井嘉宏・村中泰子・鈴木伸一・嶋田洋徳・坂野雄二：他者からの否定的評価に対する社会的不安測定尺度（FNE）短縮版作成の試み—項目反応理論による検討—。行動療法研究 30（2）；87-98, 2004
- 笹川智子・金井嘉宏・陳 峻雯・坂野雄二：高社交不安者に対する社会的スキル自己評価尺度短縮版作成の試み. 行動療法研究 39（1）；35-44, 2012
- Schlenker, B. R., & Leary, M. R. : Social anxiety and self-presentation: A conceptualization and model. *Psychological Bulletin* 92（3）；641-669, 1982
- 清水裕士：フリーの統計分析ソフトHAD：機能の紹介と統計学習・教育，研究実践における利用方法の提案. メディア・情報・コミュニケーション研究 1; 59-73, 2016
- 城月健太郎・笹川智子・野村忍：日本語版Speech Perception Questionnaireの作成の試み. 健康心理学研究 23（1）；75-84, 2010
- 菅原健介：対人不安と社会的スキル 社会的スキルという概念. 相川充・津村俊充（編） 社会

的スキルと対人関係—自己表現を援助する—; 111-128, 誠信書房, 1996

Trower, P., Yardley, K., Bryant, B. M., & Shaw, P. : The treatment of social failure : A comparison of anxiety-reduction and skills-acquisition procedures on two social problems. Behavior Modification 2 (1) ; 41-60, 1978

Wujec, T. : Instructions: The Marshmallow Challenge., 2010

Retrieved from 〈<http://www.marshmallowchallenge.com/Instructions.html>〉 (September, 28, 2017.)

山下沙織：大学生における社交不安と社会的スキルとの関連. 大阪経大論集 65 (3) ; 129-135, 2014